



Integrative Rehabilitation bei Depression



CLINICA CURATIVA

CENTER DA SANDÀ ENGIADINA BASSA
GESUNDHEITZENTRUM UNTERENGADIN



Integrative Rehabilitation bei Depression

Die Clinica Curativa bietet eine umfassende und integrative Behandlung von Depressionen und verbindet moderne medizinische Therapien mit bewährten komplementärmedizinischen Ansätzen, um eine ganzheitliche Genesung zu ermöglichen. Unser Ziel ist es, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen und Ihnen zu helfen, ihre Lebensqualität nachhaltig zu verbessern.

Was ist eine Depression?

Depression ist eine ernsthafte psychische Erkrankung, die durch anhaltende Traurigkeit und Interessenverlust gekennzeichnet ist. Sie kann sich anfühlen, als würde man das Leben mit einer grauen Brille betrachten. Alltägliche Aufgaben erscheinen plötzlich unüberwindbar. Häufig fehlt der Antrieb, treten Schlaf- und Konzentrationsstörungen auf. Ein Gefühl von Emotionslosigkeit umfängt die Betroffenen.

Unser Behandlungsansatz

Die Clinica Curativa verfolgt einen integrativen Ansatz zur Behandlung von Depressionen, der sich aus verschiedenen therapeutischen Methoden zusammensetzt:

Diagnostik: Psychophysische Standortbestimmung unter Einbezug der Voruntersuchungen und Vorbehandlungen.

Medikamentöse Therapie: Individuell angepasste medikamentöse Behandlungen zur Linderung von Symptomen.

Psychotherapie: Unterstützung bei der Veränderung negativer Denkmuster und Aktivierung von Ressourcen. Erlernen von Selbstregulationsmechanismen. Bearbeitung von unbewussten Konflikten und Traumata. Einbezug der Angehörigen und evtl. der Arbeitgeber. In der Gruppentherapie Austausch und Unterstützung in der Gemeinschaft.

Komplementärmedizinische Verfahren: Zur Förderung des Energieflusses, sanfte Unterstützung des Heilungsprozesses durch natürliche Mittel aus der Phytotherapie, Nahrungsergänzungsmittel, sowie Einsatz von Heilpflanzen zur Stärkung des Wohlbefindens durch Bäder, Wickel, Auflagen oder als Tee.

Physio- und Bewegungstherapie: Förderung der körperlichen Gesundheit und Selbstwirksamkeit.

Meditative Bewegungstherapie und Entspannung: Achtsamkeitsbasierte Bewegungstherapie, Techniken zur innerlichen und äusserlichen Entspannung und Stressbewältigung.

Ergotherapie: Unterstützung bei Pausenmanagement und der kognitiven Leistungsfähigkeit.

Ernährungsberatung: Individuelle Ernährungspläne zum Aufbau der psychischen Gesundheit.

Die integrative psychosomatische Rehabilitation in der Clinica Curativa bietet spezialisierte Gruppenprogramme zur Behandlung, um Betroffene ganzheitlich zu unterstützen. Wir bieten eine Palette an komplementärmedizinischen äusseren Anwendungen. Wickel und Fussbäder, Einreibungen und Öldispersionsbäder, aber auch Heileurythmie, Craniosakraltherapie, Feldenkrais, Qi-Gong, Tai-Qi, Rhythmische Massage und Ayurvedamassage ergänzen unser Angebot. In der Naturbasierten Therapie finden Sie Zugang zu individuellen Ressourcen und lernen sich wieder als Teil des Ganzen wahrzunehmen. Die Besonderheit der Clinica Curativa ist die enge interprofessionelle Zusammenarbeit, welche dem Behandlungsteam ermöglicht, durch regelmässigen professionellen Austausch Ihre Therapie für Sie auf Ihre Bedürfnisse laufend anzupassen und masszuschneiden.

Wo finden Sie uns

Die Clinica Curativa in Scuol liegt in der Nationalparkregion – einer einzigartigen Gesundheitsregion. In urwüchsiger Landschaft sprudeln heilbringende Mineralquellen. Die Natur und die jahrhundertealte Bädertradition werden in der Clinica Curativa aktiv in den Behandlungsalltag integriert. In unserem integrativen Therapieansatz werden Körper, Geist und Seele mit einbezogen und eine zeitgemässe Komplementärmedizin mit Schulmedizin verbunden.



Ihr Kontakt – Information und Anmeldung

Gesundheitszentrum Unterengadin

CLINICA CURATIVA

Via da l'Ospidal 280

7550 Scuol

Tel. +41 81 861 13 00

clinica.curativa@cseb.ch

www.cseb.ch